



♥ Pains ou pâtes de blé entier						
	<b>LUNDI</b>	<b>MARDI</b>	<b>MERCREDI</b>	<b>JEUDI</b>	<b> VENDREDI</b>	<b>LISTE DE PRIX</b>
	J'explore les lundis	J'essaie les mardis	J'aime les mercredis	Mes préférés les jeudis	Youpi les vendredis !	
<b>Repas froids</b>						<b>Plat principal chaud ou froid</b>
<b>Choix #1</b>	Ciabatta salade de thon crudités et trempette	♥ Pita pizza aux tomates cubes de fromage et crudités	♥ Sandwich au jambon crudités et trempette	♥ Tortillas au poulet César crudités et trempette	Salade de Scooby-Doo (pâtes) oeuf, fromage et crudités	Plat principal + 3 articles 8,25 \$ Plat principal + 2 articles 7,75 \$ Plat principal 6,50 \$
<b>Choix #2</b>	♥ Salade César au poulet en coquille offerte tous les jours					
<b>Soupe du jour</b>	<b>Tomate et pâtes</b>	<b>Soupe thématique</b>	<b>Soupe grand-mère</b>	<b>Potage de légumes</b>	<b>Poulet et nouilles</b>	
<b>2023</b>	<b>2024</b>	<b>Repas chauds</b>				
28-août	08-janv	♥ <b>Brunch du lundi</b>	<b>Poulet au beurre</b>	<b>Pâté chinois</b>	♥ <b>Spaghetti</b>	<b>Pizza bonhomme «Emoji»</b>
02-oct	12-févr	Crêpes (2), coulis de fruits	Couscous au curcuma	(Bœuf et lentilles)	Sauce à la viande, tofu et *(PVT)	Sauce marinara et fromage
06-nov	25-mars	Frittata (œuf, fromage et légumes)	Légumes saveur masala	Bettraves marinées	Salade ranch	Crudités
11-déc	29-avr					
	03-juin					
04-sept	15-janv	♥ <b>Galettes de poisson (maison)</b>	♥ <b>Bol mexicain (tortillas),</b>	<b>La cabane à sucre</b>	<b>Lasagne,</b>	<b>Croquettes de poulet (5)</b>
09-oct	19-févr	Riz aux légumes	Boeuf, *(PVT), haricots rouges et fromage	Jambon à l'érable	Sauce tomate, tofu, *(PVT), et fromage	Salade de pâtes et
13-nov	01-avr	Sauce tartare	Salade verte et salsa	Pommes de terre au four	Salade jardinière	Crudités
18-déc	06-mai	Macédoine		Haricots et carottes		
	10-juin					
11-sept	22-janv	♥ <b>Escalope croustillante parmigiana</b>	♥ <b>Bateau pirate</b>	<b>Bonhomme saucisses de poulet</b>	♥ <b>Fusilli,</b>	<b>Burger de bœuf et fromage</b>
16-oct	26-févr	(Tofu, pois chiches, edamames et fromage)	Boulettes de bœuf, sauce pirate	Purée de pommes de terre	Sauce à la viande, tofu et *(PVT)	Chiffonnade de chou
20-nov	08-avr	Fettucini à l'ail et légumes	Bateau en pain pita	Macédoine	Salade César	Crudités
	13-mai		Marée de légumes			
	17-juin					
18-sept	29-janv	♥ <b>Boulettes suédoises</b>	<b>Poitrine de poulet barbecue</b>	♥ <b>Crêpes au dîner</b>	♥ <b>Spaghetti,</b>	♥ <b>Quesadillas mexicaine</b>
23-oct	11-mars	(porc, poulet et boeuf)	Pommes de terre en quartiers	Crêpes (3), fromage et coulis de fruits	Sauce à la viande, tofu et *(PVT)	(Boeuf, *(PVT), haricots rouges, fromage) et salsa
27-nov	15-avr	Riz multigrains	Brocolis et compagnie	Salade de quinoa aux pommes	Salade italienne	Salade mexicaine
	20-mai	Légumes racines				
25-sept	05-févr	♥ <b>Un air d'Italie</b>	♥ <b>Filet sole croûte fromagée</b>	<b>Galettes sautillantes (2)</b>	♥ <b>Lasagne</b>	<b>Burger de poulet et fromage</b>
30-oct	18-mars	 Tortellinis au fromage,	Riz aux légumes	Galettes de bœuf, sauce brune	Sauce tomate, tofu, *(PVT), et fromage	Crudités en rondelles
04-déc	22-avr	sauce rosée au tofu soyeux	Carottes 2 couleurs	Purée de pommes de terre	Salade César	Trempette rosée
	27-mai	Légumes italiens		Macédoine entraînante		

### Bon appétit !

#### Nous soulignerons ces fêtes-ci

Halloween le mardi 31 octobre, burger de bœuf

St-Valentin le mercredi 14 février, burger de boeuf

Noël le vendredi 22 décembre, croquettes de poulet

Pâques le jeudi 28 mars, fusilli, sauce à la viande, tofu et PVT

\* PVT = protéine végétale texturée



L'assiette de fruits frais est offerte tous les jours !



**Pensez d'apporter vos ustensiles !**